WILMER FERNEY PEREZ GIRLDO
Promotor INDERSAC

INFORME DE ACTIVIDADES

Informe de actividades del 1 al 30 de marzo de 2023 por contrato nro. CSA-082-2023 suscrito el 14 de febrero de 2023 entre la administración municipal de San Carlos nit. 890983740-9 y WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO identificado con cedula de ciudadanía nro. 70167.449 De San Carlos cuyo objeto es Fomento Para El Fortalecimiento Y Promoción A La Recreación, La Actividad Física Y El Deporte Municipal Mediante La Prestación De Servicios De Apoyo A La Gestión Como Coordinador Del Programa "Por Su Salud, Muévase Pues" En Actividades Lideradas Desde El INDERSAC Para El Fortalecimiento De Los Diferentes Grupos Poblacionales En El Área Urbana Y Rural, En Virtud Del Cumplimiento De Plan De Desarrollo Municipal 2020-2023 – San Carlos Somos Todos Del Municipio De San Carlos – Antioquia. Por un valor de *$ 7.197.000* y una vigencia de tres (03) meses partir del 14 de febrero hasta el 14 de mayo del 20223.

1. **Aspectos Positivos:** La comunidad sancarlitana ha participado masivamente en las diferentes actividades físicas.
2. **Aspectos Por Mejorar:** Se requiere una mini tarima de madera para tener más visibilidad a los usuarios del grupo de rumba aeróbica, se requiere diadema o micrófono inalámbrico.
3. **Valoración del cumplimiento de las actividades, objetivos y resultados.**

OBJETO ESPECÍFICO 1: Dirigir las sesiones de actividad física en el programa SAN CARLOS SANO Y ACTIVO "POR SU SALUD MUEVASE PUES" con los grupos: • Adulto mayor sano y activo "PROPA". • Grupo rumba aeróbica comunidad en general. • Grupo de caminantes; funcional, Maratón aeróbico XSSMP. • Colegios sano y activo. Escuela saludable, pausas activas, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad" de la zona urbana y rural del municipio de San Carlos Según la asignación realizada por el supervisor.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 2,3,7,9,10.14,16,17,21,23,24,28 y 30, de marzo del 2023 Adulto mayor sano y activo "PROPA polideportivo Julián Conrado David.
- 1,8,15,22, y 29 de marzo 2023 Corregimiento el Jordán adulto mayor
- 1,8,15,22, y 29 de marzo 2023- Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza
- 2,6,7,9,13,14,16,21,23,27,28 y 29 de marzo de 2023- polideportivo - Grupo rumba aeróbica comunidad en general
- 2,7,9,14,16,21,23,28 y 30 de marzo polideportivo - inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.
- 3,10,17 y 24 de marzo 2023- piscina la cascada - Hidroaeróbicos
- 30de marzo 2023 - ciclo paseo rumbero
- 18 de marzo 2023 - batallón energético y vial numero 4 San Carlos
- 22 de marzo Colegio sano y activo rural el Jordán

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
1.1	Adulto mayor sano y activo "PROPA	• Generalidades: Los adultos mayores acogen con muy buena participación en las diferentes actividades programadas, participando masivamente. • Especificaciones del grupo: con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, carrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza, también se realizó una caminata ecológica hacia la villa.

		• Individualidades: con charlas pedagógicas hacia nuestros adultos mayores sobre el auto cuidado de tener mucho cuidado en cruzar las calles de nuestro municipio ya que ha habido asientes en el trascurso del desplazamiento de sus casas hacia las unidades deportivas para las actividades físicas.
1.2	Adulto mayor sano y activo alegría corregimiento el Jordán	• Generalidades: con gran motivación los adultos mayores de corregimiento del Jordán vienen trabajando en las actividades físicas, donde participan muy animada mente. • Especificaciones del grupo: con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, carrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza • Individualidades: con nuestros adultos mayores del corregimiento el Jordán se sensibilizo que para las actividades físicas hay que traer hidratación ya que es muy importante para nuestra salud.
1.3	Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza	• Generalidades: la comunidad del corregimiento puerto garza vienen participando de unas excelentes clases musicalizadas y trabajos de fuerza donde la comunidad responde excelente mente. • Especificaciones del grupo: con el grupo de rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. • Individualidades: a los usuarios se les da una charla de la importancia de la hidratación ya que muchos no se hidratan a la hora de hacer ejercicio
1.4	Grupo rumba aeróbica comunidad en general	• Generalidades: la comunidad sancarlitana cuenta con un espacio de sano esparcimiento donde participan en familia en las clases musicalizadas, las comunidades están participando masivamente en esta actividad de estos espacios niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores • Especificaciones del grupo: con el grupo de rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. también se realizó una mega rumba dando apertura al programa de actividad física, se realizó una rumba de colores, • Individualidades: Los usuarios manifiestan que estas actividades son muy importantes para nuestra salud por tal motivo participan la familia para tener una mejor calidad de vida.
1.5	, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	• Generalidades: con gran motivación se viene trabajando con personas con discapacidad donde vienen participando activamente. • Especificaciones del grupo: hemos venido trabajado fuerza, resistencia, trabajos de coordinación y concentración y trabajos recreativos. • Individualidades: se ha trabajado exitosamente donde ellos manifiestan que estas actividades han mejorado su calidad de vida.
1.6	Hidroaeróbicos	• Generalidades: la comunidad participa de las actividades de hidroaeróbicos manifestando alegría y motivación de continuar en la actividad. • Especificaciones del grupo: se realizaron actividades como saltos en el agua, abdominales superiores, abdominales inferiores, burpees, bicicleta. Desplazamientos trabajos de fuerza con las tablas y trabajo con las barras. Los participantes esperan mejoras la capacidad respiratoria, fortalecer el sistema cardiovascular y bajar de peso.

		• Individualidades: a los usuarios se les recomienda traer hidratación ya que algunos no traen y es muy importante hidratarnos antes, durante y después la actividad.
1:7	Ciclo paseo rumbero	• Generalidades: se realizó un ciclo paseo rumbero donde la comunidad sancarlitana participo en familia. • Especificaciones del grupo: los ciclo paseo rumbero se van a realizar los últimos jueves de cada mes donde por medio de un carro con un bafle se va delante de los ciclistas animando con música, dando una ruta dentro del municipio. • Individualidades: los sancarlitanas manifiestan que estas actividades son muy importantes para la comunidad para salir a recreasen en familia.
1.8	Ejercito sano y activo	• Generalidades: en el batallón energético y vial numero 4 san Carlos se viene realizando actividades con el ejército nacional. • Especificaciones del grupo: se realizan actividades lúdicas, recreativas, físicas y formativas donde el ejército encuentra un espacio de sano esparcimiento. • Individualidades: el ejército manifiestan que estar lejos de casa en algunas ocasiónese deprimen, pero teniendo espacios como estos se recrean y tienen la mente activa.
1.9	Colegio sano y activo rural el Jordán	• Generalidades: Colegio sano y activo rural el Jordán • Especificaciones del grupo: se realizó en el corregimiento del Jordán una actividad con los estudiantes de la segundaria, actividades recreativas, físicas y formativas. • Individualidades: se logró realizar la actividad con los estudiantes de la institución educativa del Jordán donde tuvimos excelente participación de los estudiantes

OBJETO ESPECÍFICO 2: Proyectar, inscribir, y realizar apoyo logístico en los eventos municipales, enmarcados en el programa "por su salud, muévase pues"; así como también Promover y coordinar la participación de la comunidad en el centro de acondicionamiento física "Gimnasio".

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 3,10,17 y 24 de marzo polideportivo gimnasio
- 8 y 9 de marzo Día de la mujer corregimientos el Jordán y puerto garza
- 25 de marzo caminata ecológica en el municipio de san Rafael

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
2.1	Gimnasio municipal	• Generalidades: mejorando las actividades del gimnasio municipal quisimos hacer una actividad colorida al espacio y atención a los usuarios. • Especificaciones del grupo: se apoyó en una actividad muy colorida en el gimnasio, se tomó listado de asistencia, peso y talla a los usuarios • Individualidades: los usuarios manifestaron que este tipo de actividades deberían de ser más frecuente.
2.2	Día de la mujer	• Generalidades: día de la mujer en los corregimientos del Jordán y puerto garza • Especificaciones: apoyo logístico día de la mujer en los corregimientos del Jordán y puerto garza donde se realizó una rumba aeróbica y actividades recreativas. • Individualidades: las actividades realizadas fueron exitosas y la comunidad participo animadamente

2.3	caminata ecológica en el municipio de San Rafael	• Generalidades: caminata ecológica en el municipio de san Rafael donde participaron la comunidad de San Carlos y san Rafael donde el recorrido fue de 4 horas por lugares turísticos del municipio de San Rafael • Especificaciones: muy buena participación de ambos municipios donde la comunidad quedo muy contenta de las rutas ecológica.

OBJETO ESPECÍFICO 3: Diligenciar y presentar cuando le sea requerido al supervisor designado el planeador de actividades, inventarios, informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, oferta de servicio y demás formatos establecidos por la Administración Municipal, la Secretaria de Bienestar Social y el INDERSAC.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:
- 1,2 y 3 de mazo polideportivo – inscripciones

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
3.1	Inscripciones usuarios de actividad física	• Generalidades: inscripciones usuario de actividad física en sus diferentes programas. • Especificaciones: los usuarios del programa San Carlos sano y activo se inscribieron en los diferentes programas: adulto mayor sano y activo, rumba aeróbica comunidad en general, personan con discapacidad, gestantes sanas y activas, hidroaeróbicos, grupo de caminata, ciclo paseo y gimnasio. Individualidades: tuvimos muy buenas inscripciones en el programa San Carlos sano y activo "por su salud, muévase pue"

OBJETO ESPECÍFICO 4: Participar activamente en encuentros informativos, programados y concertados convocadas por el supervisor designado, donde se desarrollan temas relacionados con la prestación del servicio contratado.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:
- 24 de marzo reunión de planeación de la semana del movimiento

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
4.1	reunión de planeación de la semana del movimiento	• Generalidades: reunión de planeación de la semana del movimiento • Especificaciones: reunión de planeación de la semana del movimiento que se realizará del 10 al 17 de abril Individualidades: reunión de planeación de la semana del movimiento exitosa

OBJETO ESPECÍFICO 5: Demás actividades asignadas por el supervisor y que tengan relación directa con el objeto contractual.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:
30 de marzo 2022 polideportivo – reunión de planeación de la semana del movimiento

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS

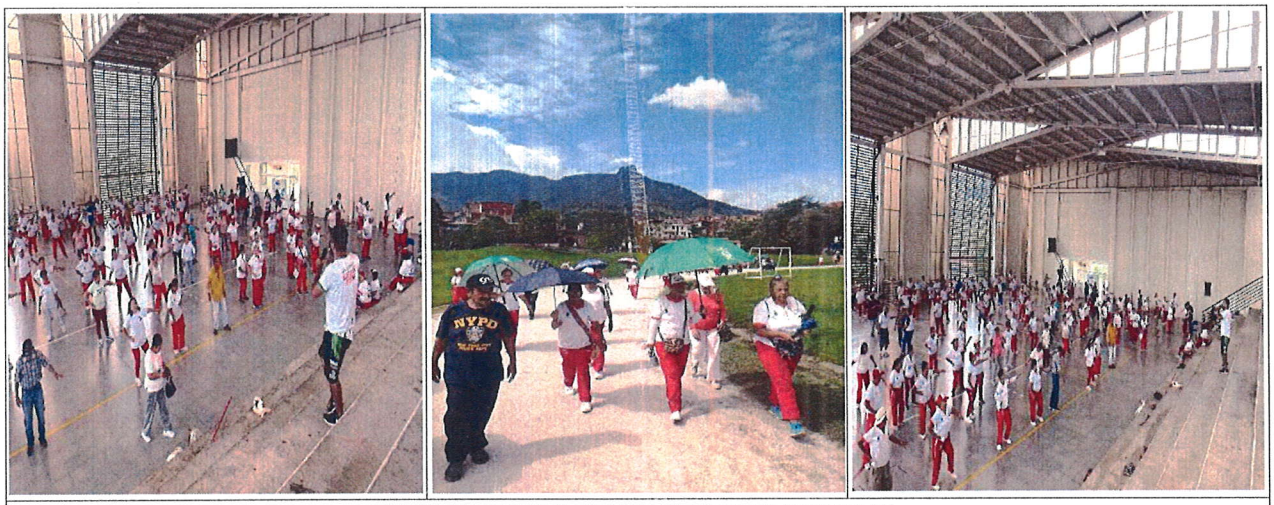
5.1	Reunión promotores INDERSAC	• Generalidades: Reunión promotores INDERSAC • Especificaciones del grupo: se izó una reunión con el director y coordinador del instituto de deportes y recreación IINDERSAC y promotores donde se habló de las actividades de la semana del movimiento • Individualidades: se vienen cosas buenas para el municipio de san Carlos como la semana nacional del movimiento

RESUMEN DE ACTIVIDADES

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
Dirigir las sesiones de actividad física en el programa SAN CARLOS SANO Y ACTIVO "POR SU SALUD MUEVASE PUES" con los grupos: • Adulto mayor sano y activo "PROPA". • Grupo rumba aeróbica comunidad en general. • Grupo de caminantes; funcional, Maratón aeróbico XSSMP. • Colegios sano y activo. Escuela saludable, pausas activas, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	51
Proyectar, inscribir, y realizar apoyo logístico en los eventos municipales, enmarcados en el programa "por su salud, muévase pues"; así como también Promover y coordinar la participación de la comunidad en el centro de acondicionamiento física "Gimnasio".	7
Diligenciar y presentar cuando le sea requerido al supervisor designado el planeador de actividades, inventarios, informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, oferta de servicio y demás formatos establecidos por la Administración Municipal, la Secretaria de Bienestar Social y el INDERSAC.	3
Participar activamente en encuentros informativos, programados y concertados convocadas por el supervisor designado, donde se desarrollan temas relacionados con la prestación del servicio contratado.	1
Demás actividades asignadas por el supervisor y que tengan relación directa con el objeto contractual	1
TOTAL	63

WILMER FERNEY PEREZ GIRLDO
Promotor INDERSAC

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



ADULTO MAYOR SANO Y ACTIVO "PROPA"



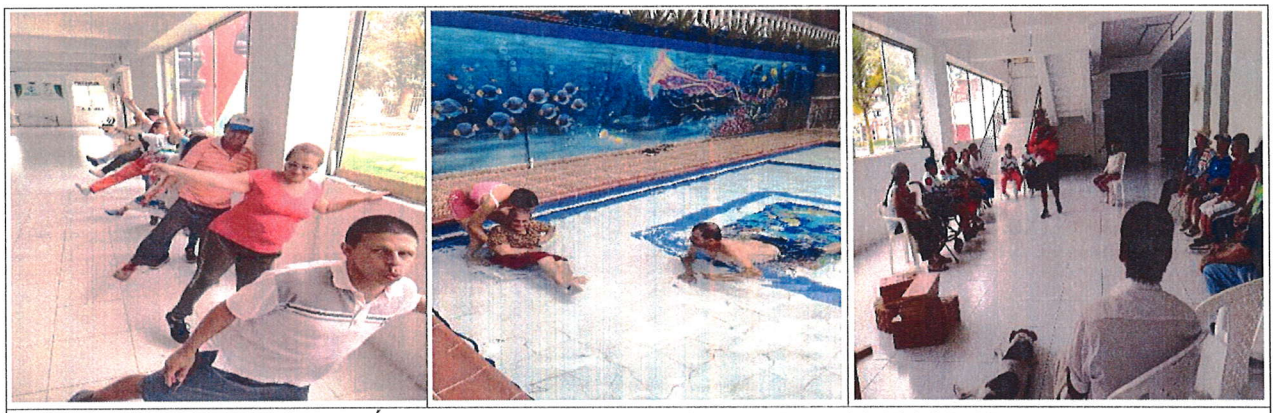
ADULTO MAYOR SANO Y ACTIVO ALEGRÍA CORREGIMIENTO EL JORDÁN



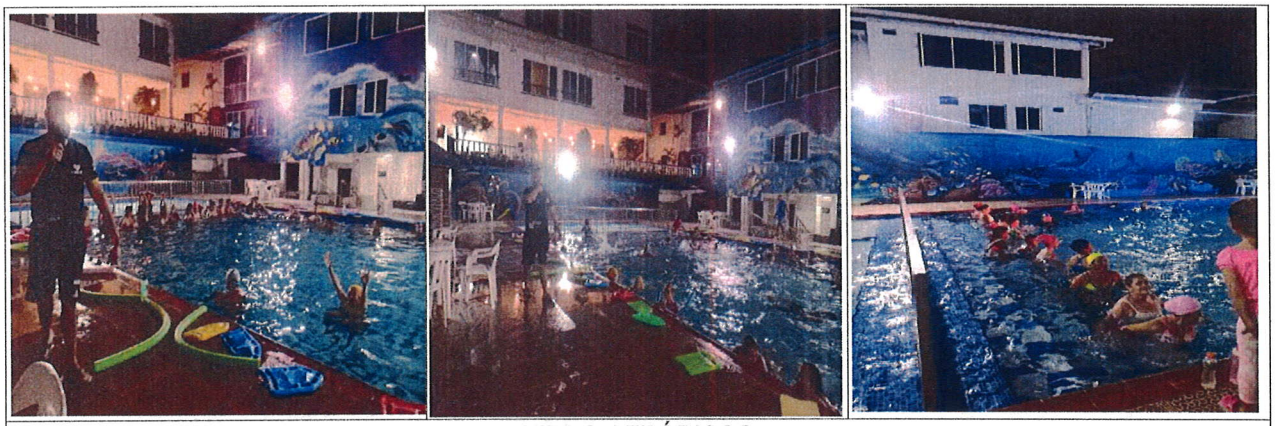
RUMBA AERÓBICA COMUNIDAD EN GENERAL CORREGIMIENTO PUERTO GARZA



GRUPO RUMBA AERÓBICA COMUNIDAD EN GENERAL

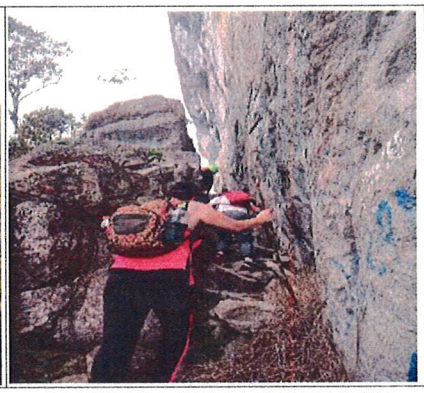


INCLUSIÓN SOCIAL XSSMP "PERSONAS CON DISCAPACIDAD

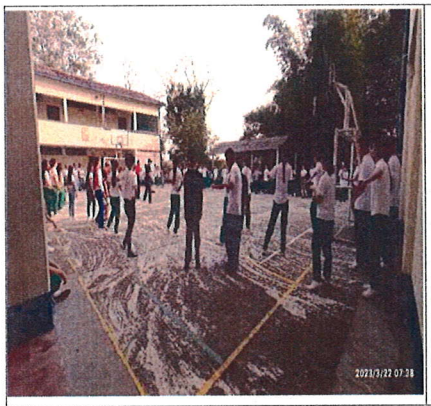


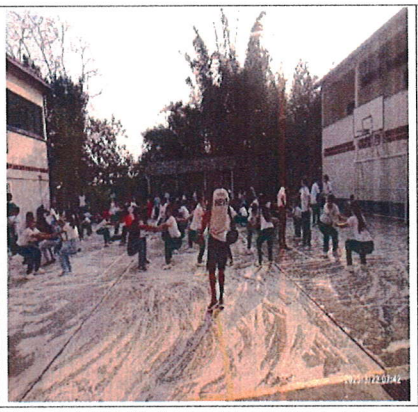
HIDRO AERÓBICOS

WILMER FERNEY PEREZ GIRLDO
Promotor INDERSAC


CAMINATA PIEDA DELTABOR






COLEGIO SANO Y ACTIVO RURAL EL JORDÁN

WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC: 70.167.449

HARRISON ALEXANDER RAMIREZ LOAIZA
DIRECTOR INDERSAC

DIANA ELIZABETH RAMIREZ LOAIZA
Secretaria de bienestar social
Supervisor

Cuenta de cobro N° 2

EL MUNICIPIO DE SAN CARLOS ANT.

DEBE A:

WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC.70.167.449

LA SUMA DE $ 2.398.760.10

(Dos millones trecientos noventa y ocho mil setecientos sesenta pesos diez centavos M.L.)

POR CONCEPTO DE:

El objeto de la presente contratación es Fomento Para El Fortalecimiento Y Promoción A La Recreación, La Actividad Física Y El Deporte Municipal Mediante La Prestación De Servicios De Apoyo A La Gestión Como Coordinador Del Programa "Por Su Salud, Muévase Pues" En Actividades Lideradas Desde El INDERSAC Para El Fortalecimiento De Los Diferentes Grupos Poblacionales En El Área Urbana Y Rural, En Virtud Del Cumplimiento De Plan De Desarrollo Municipal 2020-2023 – San Carlos Somos Todos Del Municipio De San Carlos – Antioquia.

En el periodo comprendido del 1 al 30 de marzo 2023

Declaro bajo la gravedad de juramento que no recibo ingresos superiores a lo que estipula la ley, que no estoy obligado a cobrar IVA por pertenecer al régimen simplificado, hago los aportes a la seguridad social como lo estipula la ley; cumplo con lo dispuesto en los artículos 329, 383, y 384 del Estatuto Tributario y de acuerdo con la Ley 2202 del 30 de diciembre del 2016 y el Decretos Reglamentarios y demás normas complementarias a las cuales me acojo, así mismo que no he contratado personal para prestar el servicio por lo menos durante 90 días continuos o discontinuos y por lo tanto la retención que me corresponde es de la cedula de rentas de trabajo según el artículo 383 del estatuto tributario, dando cumplimiento a la Ley 1819 de 2016, así mismo Declaro bajo la gravedad de juramento, que toda la información contenida aquí es cierta. Además, manifiesto que las relaciones contractuales no exceden los topes mensuales establecidos en la ley por lo cual solicito que NO SE ME EFECTÚE RETENCIÓN EN LA FUENTE.

San Carlos Ant, 30 de marzo del 2023

WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC.70.167.449
CEL: 3146630114

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 70167449		PEREZ GIRALDO WILMER FERNEY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE 20 # 17-21	SAN CARLOS-ANTIOQUIA	5555555	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2023-03	2023-03	46119334	9448685763	I	2023/04/14	2023/03/27	BANCO DE OCCIDENTE	0	$358,900

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación		Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)						$1,160,000	$185,600			$1,160,000	$145,000			$0	$0			$1,160,000	$28,300		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)						$1,160,000	$185,600			$1,160,000	$145,000			$0	$0			$1,160,000	$28,300		$0	$0
Ciudad: SAN CARLOS Depto: ANTIOQUIA (1 Afiliados)						$1,160,000	$185,600			$1,160,000	$145,000			$0	$0			$1,160,000	$28,300		$0	$0
1	CC	70167449	PEREZ WILMER	230301	30	$1,160,000	$185,600	EPS037	30	$1,160,000	$145,000		0	$0	$0	14-11	30	$1,160,000	$28,300	0	$0	$0
Total			**Afiliados(1)**			$1,160,000	$185,600			$1,160,000	$145,000			$0	$0			$1,160,000	$28,300		$0	$0